ਸਨਮਾਨਯੋਗ ਡਾਕਟਰ ਮਹਾਨ ਸਿੰਘ ਨੂੰ
ਡੂੰਘੇ ਸਨੇਹ ਸਹਿਤ ਭੇਟਾ
18. 6. 2025

# ジャプシー

溝上富夫

『大阪外国語大学学報』第75－1，2号（1987）所載

# 「ジャプジー」（口語訳）

溝　上　富　夫・訳

## ਜਪੁ ਜੀ ਸਾਹਿਬ

ɟəp(ʊ)ɟi　sahɪb

tr. by Tomio MIZOKAMI

＜解説＞「ジャプジー」（人格化してサーヒブをつけて呼ぶこともある）は，シク教の聖典『グル・グラント・サーヒブ』の最初の部分を構成する瞑想的讃歌集で，開祖グル・ナーナク自身の作といわれている。ジャプとは，神の名やマントラをくり返したり，瞑想したりすることで，シク教徒は，毎朝沐浴してから，主の御名をくり返し，主の偉大さを瞑想することが義務とされる。「ジャプジー」と並んで，グル・ゴービンド・シング作の「ジャープ」「サワイヤー」を，朝の沐浴後，唱えることになっているが，この「ジャプジー」は，シク教のエッセンスを最もよくあらわしたものといってもよい。（右欄に原語によるテキストとその発音を音標文字で示す。）

| | |
|---|---|
| 神は唯一絶対で，その名は真理，すべての創造主，怖（おそ）れることのないお方，敵のないお方。 | ੧ਓ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ<br>ɪkoŋkar sət(ɪ)nam(ʊ)kərta pʊrkh(ʊ)nɪrbə̆o nɪrvɛr(ʊ) |
| その姿は時を超え，生まれることなく，自照である。神は師（グル）の恵みにより得られる。 | ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥<br>əkal murt(ɪ) əɟuni sɛ̂bən gʊr prəsad(ɪ) |
| 神を瞑想せよ。 | ਜਪੁ ॥<br>ɟəp(ʊ) |
| 神ははじめから真理だった。この世の創造の前に真理だった。 | ਆਦਿ ਸਚੁ ਜੁਗਾਦਿ ਸਚੁ ॥<br>ad(ɪ)səc(ʊ) ɟʊgad(ɪ)səc(ʊ) |
| ナーナクよ。神は今も真理だし，永久（とわ）に真理だろう。〔ここまでを基本的教義（ムールマントラ）という〕 | ਹੈ ਭੀ ਸਚੁ ਨਾਨਕ ਹੋਸੀ ਭੀ ਸਚੁ ॥੧॥<br>hɛ pĭ səc(ʊ)nanək hosi pĭ səc(ʊ) |
| 何十万回考えても，考えるだけでは主は得られない。 | ਸੋਚੈ ਸੋਚਿ ਨ ਹੋਵਈ, ਜੇ ਸੋਚੀ ਲਖ ਵਾਰ ॥<br>socɛ soc(ɪ)nə hovəi ɟe soci ləkhvar |
| いくら沈黙を続けて神を思念しても，心の中は癒（い）やせない。 | ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ, ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵਤਾਰ ॥<br>cʊpɛ cʊp nə hovəi ɟe laɪ rə̂ha lɪvtar |
| いくら世の財宝を積み重ねても，人はその飢えを癒（い）やせない。 | ਭੁਖਿਆ ਭੁਖ ਨ ਉਤਰੀ, ਜੇ ਬੰਨਾ ਪੁਰੀਆ ਭਾਰ ॥<br>pʊ̆khɪa pʊ̆kh nə ʊtri ɟe bənna pʊria păr |
| 人は数知れぬ知恵をもっているが，ひとつとして彼と一緒に〔主のもとへ〕行くものはない。 | ਸੂਹਸ ਸਿਆਣਪਾ ਲਖ ਹੋਹਿ, ਤ ਇਕ ਨ ਚਲੈ ਨਾਲਿ ॥<br>sɔ̃s sɪaɳpa ləkh hoɪ tə ɪk nə cəlɛ nal(ɪ) |

いかにして人は正しくあり，虚偽の幕を破れるだろうか。

ਕਿਵ ਸਚਿਆਰਾ ਹੋਈਐ, ਕਿਵ ਕੂੜੈ ਤੁਟੈ ਪਾਲਿ ॥
kɪv səcɪara hoie kɪv kuɽe tuʈe pal(ɪ)

ナーナクよ。〔それは〕主の御心によって書かれた定めに従うことによって〔可能となる〕。

ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ, ਨਾਨਕ ਲਿਖਿਆ ਨਾਲਿ ॥੧॥
hukəm(ɪ)rəȷai cəlɳa nanək lɪkhɪa nal(ɪ)

主の御心により，形ある物すべてが作られ，その御心は言葉では表わされない。

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਆਕਾਰ, ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਹਿਆ ਜਾਈ ॥
hukəmi hovən(ɪ)akar hukəm(ʊ)nə kẽa ȷai

主の御心により生命が作られ，主の御心により偉大さが得られる。

ਹੁਕਮੀ ਹੋਵਨਿ ਜੀਅ, ਹੁਕਮਿ ਮਿਲੈ ਵਡਿਆਈ ॥
hukəmi hovən(ɪ)ȷi hukəm(ɪ)mɪlɛ vəɖɪai

主の御心により，高くなる者も低くなる者もある。主の御心により，ある者は喜びを，ある者は苦しみを得る。

ਹੁਕਮੀ ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ, ਹੁਕਮਿ ਲਿਖਿ ਦੁਖ ਸੁਖ ਪਾਈਅਹਿ ॥
hukəmi ʊtəm(ʊ)nic(ʊ)hukəm(ɪ)lɪkhɪ dukhsukh paiɛ̃

主の御心により，祝福を受ける者もいれば，永久に輪廻にしばりつけられる者もいる。

ਇਕਨਾ ਹੁਕਮੀ ਬਖਸੀਸ, ਇਕਿ ਹੁਕਮੀ ਸਦਾ ਭਵਾਈਅਹਿ ॥
ɪkna hukəmi bəkhsis ɪk(ɪ) hukəmi səda pəvaiɛ̃

すべてのものは主の御心の中にあり，御心の外にあるものは何もない。

ਹੁਕਮੈ ਅੰਦਰਿ ਸਭੁ ਕੋ, ਬਾਹਰਿ ਹੁਕਮ ਨ ਕੋਇ ॥
hukəmɛ əndər(ɪ)sə̂b(ʊ)ko bâr(ɪ)hukəm na koi

ナーナクよ。もし主の御心を理解すれば，誰も自己本位におちいることはないだろう。

ਨਾਨਕ ਹੁਕਮੈ ਜੇ ਬੁਝੈ, ਤ ਹਉਮੈ ਕਹੈ ਨ ਕੋਇ ॥੨॥
nanək hukəmɛ ȷe buȷɛ̂ tə həumɛ kəhɛ nə koi

〔不滅の〕主の〔無限の〕力を歌える者は誰もいない。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਤਾਣੁ ਹੋਵੈ ਕਿਸੈ ਤਾਣੁ ॥
gavɛ ko taɳ(ʊ)hove kɪse taɳ(ʊ)

主の恵みを歌い，その〔威光の〕しるしを理解できる者は誰もいない。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਦਾਤਿ ਜਾਣੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥
gavɛ ko dat(ɪ) ȷaɳɛ nisaɳ(ʊ)

主の徳性と偉大さと御業を歌えるものは誰もいない。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਗੁਣ ਵਡਿਆਈਆ ਚਾਰ ॥
gavɛ ko guɳ vəɖɪaia car

〔難解な思想をもった〕主の知恵を誰が歌えようか。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਵਿਦਿਆ ਵਿਖਮੁ ਵੀਚਾਰੁ ॥
gavɛ ko vɪdɪa vɪkhəm(ʊ)vicar(ʊ)

ある者は，主は身体を創り，そしてそれを土にすると歌う。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਸਾਜਿ ਕਰੇ ਤਨੁ ਖੇਹ ॥
gavɛ ko saȷi kəre tən(ʊ)khê

ある者は，主は命を召され，又命を創ると歌う。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਜੀਅ ਲੈ ਫਿਰਿ ਦੇਹ ॥
gavɛ ko ȷi lɛ phɪr(ɪ) dê

主は遠方にましますと歌う者もいる。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਜਾਪੈ ਦਿਸੈ ਦੂਰਿ ॥
gavɛ ko ȷapɛ dɪsɛ dur(ɪ)

主はま近かにおわして，我らをご覧になると歌う者もいる。

ਗਾਵੈ ਕੋ, ਵੇਖੈ ਹਾਦਰਾ ਹਦੂਰਿ ॥
gavɛ ko vekhɛ hadra hədur(ɪ)

主についてこのように語る者は少なくない。

ਕਥਨਾ ਕਥੀ ਨ ਆਵੈ ਤੋਟਿ ॥
kəthna kəthi nə avɛ toʈ(ɪ)

| | |
|---|---|
| 何千万という人が，主について何千万という説明の仕方をする。 | ਕਥਿ ਕਥਿ ਕਥੀ ਕੋਟੀ ਕੋਟਿ ਕੋਟਿ ॥<br>kəthɪ kəthɪ kəthi koʈi koʈɪ koʈɪ |
| 〔主の賜物はひじょうに大きく〕与える者として与えつづけるが，受け手の方は受けるのに疲れてしまう。 | ਦੇਦਾ ਦੇ, ਲੈਦੇ ਥਕਿ ਪਾਹਿ ॥<br>deda de lɛde thəki pâɪ |
| どの時代も，人は主の恵みのうちに生きてきた。 | ਜੁਗਾ ਜੁਗੰਤਰਿ ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥<br>ɟuga ɟugəntər(ɪ)khahi khâɪ |
| 主は御心によって，人を道に歩まされる。 | ਹੁਕਮੀ ਹੁਕਮੁ ਚਲਾਏ ਰਾਹੁ ॥<br>hukəmi hukəm(ʊ)cəlae râ(ʊ) |
| ナーナクよ。主は悦に入られ，〔人が何をいおうと〕意に介されない。 | ਨਾਨਕ ਵਿਗਸੈ ਵੇਪਰਵਾਹੁ ॥੩॥<br>nanək vɪgsɛ vepərvâ(ʊ) |
| 主は真理である。主の御名（ナーム）と真理により，主の無限の愛が我らに説かれた。 | ਸਾਚਾ ਸਾਹਿਬੁ, ਸਾਚੁ ਨਾਇ, ਭਾਖਿਆ ਭਾਉ ਅਪਾਰੁ ॥<br>saca sahɪb(ʊ)sac(ʊ)naɪ pǎkhia pǎu əpar(ʊ) |
| 人は「主よ，恵みを与え給え」と懇願する。主は我らに恵みを施（ほどこ）される。 | ਆਖਹਿ ਮੰਗਹਿ ਦੇਹਿ ਦੇਹਿ, ਦਾਤਿ ਕਰੇ ਦਾਤਾਰੁ ॥<br>akhɛ̂ məŋgɛ de(ɪ)de(ɪ) dat(ɪ)kəre datar(ʊ) |
| 〔それに応えて〕我らは，主の宮殿を拝めるような何を，主に供しようか。 | ਫੇਰਿ ਕਿ ਅਗੈ ਰਖੀਐ, ਜਿਤੁ ਦਿਸੈ ਦਰਬਾਰੁ ॥<br>pherɪ kɪ əgɛ rəkhiɛ ɟɪt(ʊ)dɪsɛ dərbar(ʊ) |
| 主の愛を魅（ひ）きつけるような言葉を我らの口からどう言い表わせようか。 | ਮੁਹੌ ਕਿ ਬੋਲਣੁ ਬੋਲੀਐ, ਜਿਤੁ ਸੁਣਿ ਧਰੇ ਪਿਆਰੁ ॥<br>muhɔ kɪ boləɳ(ʊ)boliɛ ɟɪt(ʊ)sʊɳ(ɪ)tǎre pɪar(ʊ) |
| 早朝の神々しい時（アムリトヴェーラー）に，真（まこと）の御名を唱え，主の偉大さを瞑想せよ。 | ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ, ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ ॥<br>əmmrɪt vela səc(ʊ)nao vəɖɪai vicar(ʊ) |
| 善行によって〔肉体という〕衣服が得られ，主の恵みによってのみ，解脱への戸口が開かれる。 | ਕਰਮੀ ਆਵੈ ਕਪੜਾ, ਨਦਰੀ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥<br>kərmi avɛ kəpɽa nədri mokh dʊar(ʊ) |
| ナーナクよ。主はすべて自ら真理であると知れ。 | ਨਾਨਕ ਏਵੈ ਜਾਣੀਐ, ਸਭੁ ਆਪੇ ਸਚਿਆਰੁ ॥੪॥<br>nanək ɛvɛ ɟaɳiɛ sə̂b(ʊ) ape səcɪar(ʊ) |
| 主は〔像を作って〕置かれることはできない。 | ਥਾਪਿਆ ਨ ਜਾਇ ਕੀਤਾ ਨ ਹੋਇ ॥<br>thapɪa nə ɟaɪ kita nə hoɪ |
| 主は自ら清浄であられるから。 | ਆਪੇ ਆਪਿ ਨਿਰੰਜਨੁ ਸੋਇ ॥<br>ape apɪ nɪrəɲɟən(ʊ) soɪ |
| 主に仕えた者のみ〔主の宮殿で〕名誉を受けた。 | ਜਿਨਿ ਸੇਵਿਆ ਤਿਨਿ ਪਾਇਆ ਮਾਨੁ ॥<br>ɟɪn(ɪ) sevɪa tɪn(ɪ) paɪa man(ʊ) |
| ナーナクよ。徳の宝である主の栄光を歌え。 | ਨਾਨਕ ਗਾਵੀਐ ਗੁਣੀ ਨਿਧਾਨੁ ॥<br>nanək gaviɛ guɳi nɪdǎn(ʊ) |
| 主の愛を心に留め，主の讃歌を歌え，聞け。 | ਗਾਵੀਐ ਸੁਣੀਐ ਮਨਿ ਰਖੀਐ ਭਾਉ ॥<br>gaviɛ sʊɳiɛ mən(ɪ)rəkhiɛ pǎo |

〔そうすれば〕歌う者は苦しみが除かれ，幸わせを家に運んでくれるだろう。
グルバーニーは主のお言葉であり，グルバーニーは主の知識である。
グルバーニーはあまねく偏在する。

シヴァ，ヴィシュヌ，ブラフマー，〔シヴァの妃〕パールヴァティーも，唯一のグルの顕現に外ならない。
私は主を知っているとしても，主を表現することはできない。主は言葉では言い表わされない。
主は説かれた。あらゆる創造物の創り主は唯一であることを忘れまじと。
主のお気に召さぬならば，聖地巡礼や沐浴をして何になろう。
目に光るあらゆる被造物も，良い行ないがなければ，何が得られ，何を手にするだろうか。
主の教えを一つでも聞き入れるならば，心にダイヤモンド，宝石，ルビーが生まれる。
主は説かれた。あらゆる創造物の創り主は唯一であることを忘れまじと。
ある人の年令が四年紀（ユガ）になり，十倍になろうとも，
九つの大陸（カンド）で知られ，すべての人が彼に従おうとも，
この世で名声を博し，栄光を獲得しようとも，主の恵みが得られぬなら，誰もかまってくれない。
虫ケラの中の虫ケラのように扱われ，最悪の罪人にさえ，その罪をなじられよう。
ナーナクよ。主は徳（グナ）のない者にグナを与え，徳者にはさらにグナを与えられる。
このような有徳の主を，私は外に知らない。

〔主の御名を聞くことにより〕完璧（シッダ）な人，精神的英

ਦੁਖੁ ਪਰਹਰਿ ਸੁਖੁ ਘਰਿ ਲੈ ਜਾਇ ॥
dʊkh(ʊ)pərhər(ɪ)sukh(ʊ)kăr(ɪ)lɛ ɟaɪ

ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਦੰ ਗੁਰਮੁਖਿ ਵੇਦੰ,
gʊrmʊkh(ɪ)nadəngʊrmʊkh(ɪ)vedən

ਗੁਰਮੁਖਿ ਰਹਿਆ ਸਮਾਈ ॥
gʊrmʊkh(ɪ) rɛ̂a səmai

ਗੁਰੁ ਈਸਰੁ ਗੁਰੁ ਗੋਰਖੁ ਬਰਮਾ,
gʊr(ʊ) isər(ʊ)gʊr(ʊ)gorəkh(ʊ)bərma
ਗੁਰੁ ਪਾਰਬਤੀ ਮਾਈ ॥
gʊr(ʊ)parbəti mai
ਜੇ ਹਉ ਜਾਣਾ ਆਖਾ ਨਾਹੀ, ਕਹਣਾ ਕਥਨੁ ਨ ਜਾਈ ॥
ɟe həu ɟaɳa akha nahi kɛ̂ɳa kəthən(ʊ) nə ɟai

ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥ ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ,
gʊra ɪk dêɪ bʊɟăi sə̂bna ɟia ka ɪk(ʊ) data
ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੫॥
so mɛ vɪsər(ɪ) nə ɟai
ਤੀਰਥਿ ਨਾਵਾ ਜੇ ਤਿਸੁ ਭਾਵਾ, ਵਿਣੁ ਭਾਣੇ ਕਿ ਨਾਇ ਕਰੀ ॥
tirəth(ɪ)nava ɟe tɪs(ʊ) păva vɪɳ(ʊ)păɳe kɪ naɪ kari

ਜੇਤੀ ਸਿਰਠਿ ਉਪਾਈ ਵੇਖਾ, ਵਿਣੁ ਕਰਮਾ ਕਿ ਮਿਲੈ ਲਈ ॥
ɟeti sɪrəʈh(ɪ)ʊpai vekha vɪɳ(ʊ)kərma kɪ mɪlɛ ləi

ਮਤਿ ਵਿਚਿ ਰਤਨ ਜਵਾਹਰ ਮਾਣਿਕ,
mət(ɪ)vɪc(ɪ)rətən ɟəvahər maɳɪk
ਜੇ ਇਕ ਗੁਰ ਕੀ ਸਿਖ ਸੁਣੀ ॥
ɟe ɪk gʊr ki sɪkh sʊɳi
ਗੁਰਾ ਇਕ ਦੇਹਿ ਬੁਝਾਈ ॥ ਸਭਨਾ ਜੀਆ ਕਾ ਇਕੁ ਦਾਤਾ,
gʊra ɪk dêɪ bʊɟăi sə̂bna ɟia ka ɪk data
ਸੋ ਮੈ ਵਿਸਰਿ ਨ ਜਾਈ ॥੬॥
so mɛ vɪsər(ɪ) nə ɟai
ਜੇ ਜੁਗ ਚਾਰੇ ਆਰਜਾ, ਹੋਰ ਦਸੂਣੀ ਹੋਇ ॥
ɟe ɟʊg care arɟa hor dəsuɳi hoɪ
ਨਵਾ ਖੰਡਾ ਵਿਚਿ ਜਾਣੀਐ, ਨਾਲਿ ਚਲੈ ਸਭੁ ਕੋਇ ॥
nəva khəɳɖa vic(ɪ)ɟaɳiɛ nal(ɪ)cəlɛ sə̂b koi
ਚੰਗਾ ਨਾਉ ਰਖਾਇ ਕੈ, ਜਸੁ ਕੀਰਤਿ ਜਗਿ ਲੇਇ ॥
cəŋga nao rəkhaɪ kɛ ɟəs(ʊ)kirətɪ ɟəg(ɪ)leɪ
ਜੇ ਤਿਸੁ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵਈ, ਤ ਵਾਤ ਨ ਪੁਛੈ ਕੇ ॥
ɟe tɪs(ʊ)nədərɪ nə avəi tə vat nə puchɛ ke
ਕੀਟਾ ਅੰਦਰਿ ਕੀਟੁ ਕਰਿ, ਦੋਸੀ ਦੋਸੁ ਧਰੇ ॥
kiʈa əndər(ɪ)kiʈ(ʊ)kər(ɪ)dosi des(ʊ) tăre

ਨਾਨਕ ਨਿਰਗੁਣਿ ਗੁਣੁ ਕਰੇ, ਗੁਣਵੰਤਿਆ ਗੁਣੁ ਦੇ ॥
nanək nɪrgʊɳ(ɪ) gʊɳ(ʊ)kəre gʊɳvəntɪa gʊɳ(ʊ) de

ਤੇਹਾ ਕੋਇ ਨ ਸੁਝਈ, ਜਿ ਤਿਸੁ ਗੁਣੁ ਕੋਇ ਕਰੇ ॥੭॥
teha koi nə sʊɟə̆i ɟɪ tɪs(ʊ)gʊɳ(ʊ)koi kəre

ਸੁਣਿਐ, ਸਿਧ ਪੀਰ ਸੁਰਿ ਨਾਥ ॥
sʊɳɪɛ sɪ̂d pir sʊr(ɪ)nath

雄，宗教的指導者，ヨーギーとなれる。

ਸੁਣਿਐ, ਧਰਤਿ ਧਵਲ ਆਕਾਸ ॥
suɳɪɛ tə̌rtɪ tə̌vəl akas

〔主の御名を聞くことにより〕地と〔それを支えると伝説で言われる〕牡牛と天の本性が知れる。

ਸੁਣਿਐ, ਦੀਪ ਲੋਅ ਪਾਤਾਲ ॥
suɳɪɛ dip lo patal

〔主の御名を聞くことにより〕大陸と世界と下界が知れる。

ਸੁਣਿਐ, ਪੋਹਿ ਨ ਸਕੈ ਕਾਲੁ ॥
suɳɪɛ pôɪ nə səkɛ kal(ʊ)

〔主の御名を聞くことにより〕死が訪れることができない。

ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
nanək pə̌gta səda vɪgas(ʊ)

ナーナクよ。主を崇める者はいつも幸わせである。

ਸੁਣਿਐ, ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੮॥
suɳɪɛ dukh pap ka nas(ʊ)

〔主の御名を聞くことにより〕悲しみと罪が消える。

ਸੁਣਿਐ, ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਇੰਦੁ ॥
suɳɪɛ isər(ʊ)bərma ɪnd(ʊ)

〔主の御名を聞くことにより〕死の神，創造の神，雨の神〔の地位〕が得られる。

ਸੁਣਿਐ, ਮੁਖਿ ਸਾਲਾਹਣ ਮੰਦੁ ॥
suɳɪɛ mʊkh(ɪ)salahəɳ mənd(ʊ)

〔主の御名を聞くと〕邪な者さえ，主の讃歌を口ずさむようになる。

ਸੁਣਿਐ, ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਤਨਿ ਭੇਦ ॥
suɳɪɛ ɟog ɟugət(ɪ)tən(ɪ)pěd

〔主の御名を聞くと〕生物は主と一体となる方法と身体の神秘を知る。

ਸੁਣਿਐ, ਸਾਸਤ ਸਿੰਮ੍ਰਿਤਿ ਵੇਦ ॥
suɳɪɛ sasət sɪmmrɪt(ɪ)ved

〔主の御名を聞くと〕法典と聖伝文学とヴェーダの知識が得られる。

ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
nanək pə̌gta səda vɪgas(ʊ)

ナーナクよ。大聖人はいつも幸わせである。

ਸੁਣਿਐ, ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੯॥
suɳɪɛ dukh pap ka nas(ʊ)
ਸੁਣਿਐ, ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਗਿਆਨੁ ॥
suɳɪɛ sət səntokh gɪan(ʊ)
ਸੁਣਿਐ, ਅਠਸਠਿ ਕਾ ਇਸਨਾਨੁ ॥
suɳɪɛ əʈhsəʈh(ɪ)ka ɪsnan(ʊ)

〔何故なら，主の御名を聞くと〕苦しみも罪も消え，
真理と満足と知識が得られ，
六十八の聖地で沐浴するのと同じ結果が得られる。

ਸੁਣਿਐ, ਪੜਿ ਪੜਿ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥
suɳɪɛ pəɽɪ pəɽɪ pavəɪ man(ʊ)

主の御名を聞き〔それを〕何度も学ぶことにより，人は名誉を受ける。

ਸੁਣਿਐ, ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥
suɳɪɛ lagɛ sɛ̂ɟ(ɪ) tɪ̌an(ʊ)

〔主の御名を聞くと〕容易に主の瞑想が得られる。

ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
nanək pə̌gta səda vɪgas(ʊ)

ナーナクよ。大聖人はいつも幸わせである。

ਸੁਣਿਐ, ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੦॥
suɳɪɛ dukh pap ka nas(ʊ)
ਸੁਣਿਐ, ਸਰਾ ਗੁਣਾ ਕੇ ਗਾਹ ॥
suɳɪɛ səca guɳa ke gâ
ਸੁਣਿਐ, ਸੇਖ ਪੀਰ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥
suɳɪɛ sekh pir pat(ɪ)sâ

〔何故なら，主の御名を聞くと〕苦しみも罪も消え，
徳の深い海に浸ることができる。
学者，精神的指導者，君主になれる。

| | |
|---|---|
| 目の見えない人も，道が分かるようになる。 | ਸੁਣਿਐ, ਅੰਧੇ ਪਾਵਹਿ ਰਾਹੁ ॥<br>sʊɳɪɛ əndĕ pavəh(ɪ) rã̂(ʊ) |
| 測り知れない主のところに手が届く。 | ਸੁਣਿਐ, ਹਾਥ ਹੋਵੈ ਅਸਗਾਹੁ ॥<br>sʊɳɪɛ hath hovɛ əsgâ(ʊ) |
| ナーナクよ。大聖人(バガト)はつねに幸わせである。 | ਨਾਨਕ, ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥<br>nanək pə̌gta səda vɪgas(ʊ) |
| 〔何故なら，主の御名を聞くと〕苦しみも罪も消える。 | ਸੁਣਿਐ, ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੧॥<br>sʊɳɪɛ dukh pap ka nas(ʊ) |
| 信仰の状態は名状し難い。 | ਮੰਨੇ ਕੀ ਗਤਿ ਕਹੀ ਨ ਜਾਇ ॥<br>mənne ki gətɪ kɛ̂ nə ɟaɪ |
| 〔敢えてそれを〕名状しようとする者は後で悔いる。 | ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ, ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥<br>ɟe ko kəɛ̂ pɪchɛ pəch(ʊ)taɪ |
| 紙やペンやどんな書記も，座ってこの状態を記述したり思いをめぐらすことはできない。 | ਕਾਗਦਿ, ਕਲਮ ਨ ਲਿਖਣਹਾਰੁ ॥<br>kagəd(ɪ) kələm nə lɪkhəɳhar(ʊ)<br>ਮੰਨੇ ਕਾ ਬਹਿ ਕਰਨਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥<br>mənne ka bɛ̂ kərən(ɪ)vicar(ʊ) |
| 濁りのない主の御名とはこのようなもの。 | ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥<br>ɛsa nam(ʊ)nɪrəñɟən(ʊ)hoɪ |
| 主の御心に従う人は，主の心が分かる人だ。 | ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੨॥<br>ɟe ko mənn(ɪ)ɟaɳɛ mən(ɪ)koɪ |
| 〔主の御名を心から〕信じると，意識と神の知恵が人の心に生まれる。 | ਮੰਨੈ, ਸੁਰਤਿ ਹੋਵੈ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥<br>mənnɛ sʊrət(ɪ)hovɛ mən(ɪ)bʊ̂d(ɪ) |
| 〔主の御名を心から〕信じると，あらゆる世界の知識が得られる。 | ਮੰਨੈ, ਸਗਲ ਭਵਣ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥<br>mənnɛ səgəl pəvəɳ ki sʊ̂d(ɪ) |
| 〔主の御名を心から〕信じると，顔に怪我をしない〔罪を受けない〕。 | ਮੰਨੈ, ਮੁਹਿ ਚੋਟਾ ਨਾ ਖਾਇ ॥<br>mənnɛ mʊh(ɪ)coʈa na khaɪ |
| 〔主の御名を心から〕信じると，人は冥神(ヤマ)と一緒に行かない〔ヤマを恐れることはない〕。 | ਮੰਨੈ, ਜਮ ਕੈ ਸਾਥਿ ਨ ਜਾਇ ॥<br>mənnɛ ɟəs kɛ sath(ɪ) nə ɟaɪ |
| 濁りのない主の御名とはこのようなもの。 | ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥<br>ɛsa nam(ʊ)nɪrəñɟən(ʊ) hoɪ |
| | ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੩॥<br>ɟe ko mənn(ɪ) ɟaɳɛ mən(ɪ) koɪ |
| 〔主の御名を心から〕信じると，その行く道に障害はなくなる。 | ਮੰਨੈ, ਮਾਰਗਿ ਠਾਕ ਨ ਪਾਇ ॥<br>mənnɛ marg(ɪ)ʈhak nə paɪ |
| 〔主の御名を心から〕信じると，名誉と尊厳をもってこの世を去ることができる。 | ਮੰਨੈ, ਪਤਿ ਸਿਉ ਪਰਗਟੁ ਜਾਇ ॥<br>mənnɛ pət(ɪ)sɪo pərgəʈ(ʊ) ɟaɪ |

〔主の御名を心から〕信じると，〔狭量なセクト的〕道を歩まない。

ਮੰਨੈ, ਮਗੁ ਨ ਚਲੈ ਪੰਥੁ ॥
mənnɛ məg(ʊ)nə calɛ pənth(ʊ)

〔主の御名を心から〕信じると，正義（ダルマ）と関わりを持つ。

ਮੰਨੈ, ਧਰਮ ਸੇਤੀ ਸਨਬੰਧੁ ॥
mənnɛ tə̀rəm seti sənbə̀nd(ʊ)

濁りのない主の御名とはこのようなもの。

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥
ɛsa nam(ʊ)nɪrəñjən(ʊ)hoɪ

主の御心に従う人は，主の心が分かる人だ。

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੪॥
ɟe ko mənn(ɪ)ɟaṇɛ mən(ɪ)koɪ

〔主の御心を心から〕信じると，解脱への戸口を得る。

ਮੰਨੈ, ਪਾਵਹਿ ਮੋਖੁ ਦੁਆਰੁ ॥
mənnɛ pavɛ̃ mokh duvar(ʊ)

〔主の御心を心から〕信じると，家族をも正しくすることができる。

ਮੰਨੈ, ਪਰਵਾਰੈ ਸਾਧਾਰੁ ॥
mənnɛ pərvarɛ sadăr(ʊ)

〔主の御心を心から〕信じると，自らを救い，グルの教えに従う者を救うことができる。

ਮੰਨੈ, ਤਰੈ ਤਾਰੇ ਗੁਰੁ ਸਿਖ ॥
mənnɛ tərɛ tare gʊr(ʊ) sɪkh

ナーナクよ。〔主の御心を心から〕信じると，施しを求めて乞食（こつじき）する必要はなくなる。

ਮੰਨੈ, ਨਾਨਕ ਭਵਹਿ ਨ ਭਿਖ ॥
mənnɛ nanək pə̀vɛ̃ nə pɪ̀kh

濁りのない主の御名とはこのようなもの。

ਐਸਾ ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਹੋਇ ॥
ɛsa nam(ʊ)nɪrəñjən(ʊ) hoɪ

主の御心に従う人は，主の心が分かる人だ。

ਜੇ ਕੋ ਮੰਨਿ ਜਾਣੈ ਮਨਿ ਕੋਇ ॥੧੫॥
ɟo ko mənn(ɪ)ɟaṇɛ mən(ɪ) koɪ

〔グルの宮殿で〕選ばれた者こそすぐれている。

ਪੰਚ ਪਰਵਾਣ ਪੰਚ ਪਰਧਾਨੁ ॥
pañc pərvaṇ pañc pərdăn(ʊ)

その者こそ宮殿であがめられる。

ਪੰਚੇ, ਪਾਵਹਿ ਦਰਗਹਿ ਮਾਨੁ ॥
pañce pavəɪ dərgaɪ man(ʊ)

彼らは主の宮殿で〔名誉に〕輝く。

ਪੰਚੇ ਸੋਹਹਿ ਦਰਿ ਰਾਜਾਨੁ ॥
pañce sohəɪ dər(ɪ) raɟan(ʊ)

彼らは，グルのみに注目する。

ਪੰਚਾ ਕਾ ਗੁਰੁ ਏਕੁ ਧਿਆਨੁ ॥
pañca ka gʊr(ʊ)ek(ʊ)tĭan(ʊ)

主の徳（グナ）を語り考えたくとも，その御業（みわざ）は数えられない。

ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ, ਕਰੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥
ɟe ko kəɛ karɛ vicar(ʊ)
ਕਰਤੇ ਕੈ ਕਰਣੈ, ਨਾਹੀ ਸੁਮਾਰੁ ॥
kərte kɛ kərṇɛ nahi sʊmar(ʊ)

〔地球を支えるとされる想像上の〕牡牛は法（ダルマ）であり，法（ダルマ）は慈悲の息子である。

ਧੌਲੁ ਧਰਮੁ, ਦਇਆ ਕਾ ਪੂਤੁ ॥
tɔ̀l(ʊ)tə̀rəm(ʊ)dəɪa ka put(ʊ)

心の満足が全世界の秩序を保っている。

ਸੰਤੋਖੁ ਥਾਪਿ ਰਖਿਆ ਜਿਨਿ ਸੂਤਿ ॥
səntokh(ʊ)thap(ɪ)rəkhɪa ɟɪn(ɪ)sut(ɪ)

| | |
|---|---|
| ナーナクは自らを卑(いや)しめて言う。 | ਨਾਨਕੁ ਨੀਚੁ ਕਹੈ ਵੀਚਾਰੁ ॥<br>nanək(ʊ)nic(ʊ)kaẽ vicar(ʊ) |
| 私は一度たりとも，この身をあなたに捧げることができないと。 | ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥<br>varɪa nə ɟava ek var |
| あなたのお気に召されるものは良き行ない。 | ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ, ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥<br>ɟo tŭd(ʊ)pǎvɛ sai pǎli kar |
| あなたはつねに安寧にして形無きお方である。 | ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ, ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੮॥<br>tu səda səlamət(ɪ) nɪrəŋkar |
| 主の御名は無限。その住まわれる所も無限。 | ਅਸੰਖ ਨਾਵ, ਅਸੰਖ ਥਾਵ ॥<br>əsəŋkh nav əsəŋkh thav |
| 主の世界は無限で，到達し得ず，知り得ない。 | ਅਗੰਮ ਅਗੰਮ ਅਸੰਖ ਲੋਅ ॥<br>əgəmm əgəmm əsəŋkh lo |
| 〔それらを〕「数限りない」と呼ぶことさえ，頭に罪の重荷を負うのに似ている。 | ਅਸੰਖ ਕਹਹਿ, ਸਿਰਿ ਭਾਰੁ ਹੋਇ ॥<br>əsəŋkh kẽɪ sɪr(ɪ)par(ʊ)hoɪ |
| ことばにより，主の御名が唱えられ，ことばにより主が讃えられる。 | ਅਖਰੀ ਨਾਮੁ, ਅਖਰੀ ਸਾਲਾਹ ॥<br>əkhri nam(ʊ) əkhri salâ |
| ことばにより，主の知恵と徳が唱えられる。 | ਅਖਰੀ, ਗਿਆਨੁ ਗੀਤ ਗੁਣ ਗਾਹ ॥<br>əkhri gɪan(ʊ) git guɳ gâ |
| ことばにより，主の御言葉が書かれる。 | ਅਖਰੀ, ਲਿਖਣੁ ਬੋਲਣੁ ਬਾਣਿ ॥<br>əkhri lɪkhəɳ(ʊ)boləɳ(ʊ)baɳɪ |
| ことばにより，生物(いきもの)の額に運命が書かれる。 | ਅਖਰਾ ਸਿਰਿ, ਸੰਜੋਗੁ ਵਖਾਣਿ ॥<br>əkhra sɪr(ɪ) səɲɟog(ʊ) vəkhaɳ(ɪ) |
| しかし，この運命を書き給うた主の頭(こうべ)には，運命は及ばない。 | ਜਿਨਿ ਏਹਿ ਲਿਖੇ ਤਿਸੁ ਸਿਰਿ ਨਾਹਿ ॥<br>ɟɪn(ɪ) ẽɪ lɪkhe tɪs(ʊ) sɪr(ɪ) nâɪ |
| 主の命じられるままに人は従う。 | ਜਿਵ ਫੁਰਮਾਏ, ਤਿਵ ਤਿਵ ਪਾਹਿ ॥<br>ɟɪv phʊrmae tɪv tɪv pâɪ |
| 主の創造は偉大であり，主の名声も偉大である。 | ਜੇਤਾ ਕੀਤਾ, ਤੇਤਾ ਨਾਉ ॥<br>ɟeta kita teta nao |
| 主の御名のないところはない。 | ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ, ਨਾਹੀ ਕੋ ਥਾਉ ॥<br>vɪɳ(ʊ)navɛ nâi ko thao |
| あなたの創造〔の偉大さ〕を私は測り知れない。 | ਕੁਦਰਤਿ ਕਵਣ, ਕਹਾ ਵੀਚਾਰੁ ॥<br>kudrət(ɪ)kəvəɳ kə̂a vicar(ʊ) |
| 私は一度たりとも，この身をあなたに捧げることができない。 | ਵਾਰਿਆ ਨ ਜਾਵਾ ਏਕ ਵਾਰ ॥<br>varɪa nə ɟava ek var |

あなたのお気に召されるものは良き行ない。

ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵੈ, ਸਾਈ ਭਲੀ ਕਾਰ ॥
ɟo tû̆d(ʊ)pǎvɛ sai pə̌li kar

あなたはつねに安寧にして形無きお方である。

ਤੂ ਸਦਾ ਸਲਾਮਤਿ, ਨਿਰੰਕਾਰ ॥੧੯॥
tu səda səlamət(ɪ) nɪrəŋkar

汚れた手・足・体は水で洗うときれいになる。

ਭਰੀਐ ਹਥੁ ਪੈਰੁ ਤਨੁ ਦੇਹ ॥ ਪਾਣੀ ਧੋਤੈ, ਉਤਰਸੁ ਖੇਹ ॥
pə̌riɛ həth(ʊ)pɛr(ʊ)tən(ʊ)dêpaɳi tǒtɛ ʊtrəs(ʊ)khê

尿で汚れた衣は石鹸で洗うときれいになる。

ਮੂਤ ਪਲੀਤੀ ਕਪੜੁ ਹੋਇ ॥ ਦੇ ਸਾਬੂਣੁ, ਲਈਐ ਓਹੁ ਧੋਇ ॥
mut pəliti kəpəɽ(ʊ)hoɪ de sabuɳ(ʊ)ləiɛ ôʊ tǒɪ

しかし，罪で汚れた心は，主の御名という愛で洗うときれいになる。

ਭਰੀਐ ਮਤਿ, ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ ॥ ਓਹੁ ਧੋਪੈ, ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ ॥
pə̌riɛ mət(ɪ) papa kɛ səŋg(ɪ)oʊ tǒpɛ navɛ kɛ rəŋg(ɪ)

ただ口先では，篤信の人にも罪人にもなれない。

ਪੁੰਨੀ ਪਾਪੀ, ਆਖਣੁ ਨਾਹਿ ॥
pʊnni papi akhəɳ(ʊ) nâɪ

何度もくり返す行為が心に刻まれる。

ਕਰਿ ਕਰਿ ਕਰਣਾ, ਲਿਖਿ ਲੈ ਜਾਹੁ ॥
kərɪ kərɪ kərɳa lɪkhɪ lɛ ɟâ

人は自分で種を蒔き〔それを〕苅りとる。

ਆਪੇ ਬੀਜਿ, ਆਪੇ ਹੀ ਖਾਹੁ ॥
ape biɟ(ɪ) ape hi khâ(ʊ)

ナーナクよ。主の御心により，人はこの世に来て去る〔輪廻をくり返す〕。

ਨਾਨਕ, ਹੁਕਮੀ ਆਵਹੁ ਜਾਹੁ ॥੨੦॥
nanək hʊkəmi avêʊ ɟâʊ

聖地巡礼，苦行，慈悲，施しをしたとしても，ごまつぶほどの〔小さな〕名誉を受けるだけ。

ਤੀਰਥੁ ਤਪੁ ਦਇਆ ਦਤੁ ਦਾਨੁ ॥
tirəth(ʊ)təp(ʊ)dəɪa dət(ʊ) dan(ʊ)
ਜੇ ਕੋ ਪਾਵੈ, ਤਿਲ ਕਾ ਮਾਨੁ ॥
ɟo ko pavɛ tɪl ka man(ʊ)

〔心から主の御名を〕聞き，信じ愛する者は〔誰でも〕心の中の巡礼の場で，汚れを落とすことができる。

ਸੁਣਿਆ, ਮੰਨਿਆ ਮਨਿ ਕੀਤਾ ਭਾਉ ॥
sʊɳɪa mənnɪa mən(ɪ) kita pǎo
ਅੰਤਰਗਤਿ ਤੀਰਥਿ, ਮਲਿ ਨਾਉ ॥
əntərgətɪ tirəth(ɪ) məl(ɪ) nao

主よ。あらゆる徳(グナ)はあなたのもので，私には何もない。

ਸਭਿ ਗੁਣ ਤੇਰੇ, ਮੈ ਨਾਹੀ ਕੋਇ ॥
sə̂b(ɪ)gʊɳ tere mɛ nâi koɪ

徳(グナ)を高めることなく，主に帰依することはできない。

ਵਿਣੁ ਗੁਣ ਕੀਤੇ, ਭਗਤਿ ਨ ਹੋਇ ॥
vɪɳ(ʊ)gʊɳ kite pə̌gət(ɪ) nə hoɪ

自らこの世のものであられ，ブラフマー等の御言葉(バーニー)であられる主を私は頂礼する。

ਸੁਅਸਤਿ ਆਥਿ ਬਾਣੀ ਬਰਮਾਉ ॥
sʊəsət(ɪ) ath(ɪ) baɳi bərmao

真(まこと)であり美である主の御心には，つねに喜びがある。

ਸਤਿ ਸੁਹਾਣੁ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚਾਉ ॥
sət(ɪ)suhaɳ(ʊ) səda mən(ɪ) cao

この世が創造されたのはいつのことで，どの瞬間で，

ਕਵਣੁ ਸੁ ਵੇਲਾ, ਵਖਤੁ ਕਵਣੁ,
kəvəɳ(ʊ)sʊ vela vəkhət(ʊ) kəvəɳ(ʊ)

どの日付で何曜日で，どの季節で何月だったのか。

ਕਵਣ ਥਿਤਿ, ਕਵਣੁ ਵਾਰੁ ॥
kəvəɳ thɪt(ɪ) kəvəɳ(ʊ) var(ʊ)

プラーナに書かれているのに，ヒンドゥー学僧（パンディット）は，
創造がいつか分らない。

ਕਵਣ ਸਿ ਰੁਤੀ, ਮਾਹੁ ਕਵਣੁ, ਜਿਤੁ ਹੋਆ ਆਕਾਰੁ ॥
kəvəɳ sɪ ruti mâʊ kəvəɳ(ʊ) ɟɪt(ʊ) hoa akar(ʊ)

ਵੇਲ ਨ ਪਾਈਆ ਪੰਡਤੀ, ਜਿ ਹੋਵੈ ਲੇਖੁ ਪੁਰਾਣੁ ॥
vel nə paia pəɳḍəti ɟɪ hovɛ lekh(ʊ) puraɳ(ʊ)

〔ムスリムの〕カージーも，コラーンに書かれていても，その創造の時を知らない。

ਵਖਤੁ ਨ ਪਾਇਓ ਕਾਦੀਆ, ਜਿ ਲਿਖਨਿ ਲੇਖੁ ਕੁਰਾਣੁ ॥
vəkhət(ʊ) nə paio kadia ɟɪ lɪkhən(ɪ)lekh(ʊ) kuraɳ(ʊ)

ヨーギーも，日付，曜日，月，季節を知らない。

ਥਿਤਿ ਵਾਰੁ ਨਾ ਜੋਗੀ ਜਾਣੈ, ਰੁਤਿ ਮਾਹੁ ਨਾ ਕੋਈ ॥
thɪt(ɪ)var(ʊ) na ɟogi ɟaɳɛ rʊt(ɪ) mâʊ na koɪ

天地を創られた創造主だけがその時をご存知だ。

ਜਾ ਕਰਤਾ ਸਿਰਠੀ ਕਉ ਸਾਜੇ, ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਸੋਈ ॥
ɟa kərta sɪrʈhi kəo saɟe ape ɟaɳɛ soi

主よ。私はあなたをどのように表わし，どのように讃え，どのように描写し，どのように知ることができるでしょう。

ਕਿਵ ਕਰਿ ਆਖਾ ਕਿਵ ਸਾਲਾਹੀ,
kɪv kərɪ akha kɪv salâi
ਕਿਉ ਵਰਨੀ ਕਿਵ ਜਾਣਾ ॥
kɪʊ vərni kɪv ɟaɳa

ナーナクよ。すべての者が主の話をして人よりも賢くなろうとする。

ਨਾਨਕ, ਆਖਣਿ ਸਭੁ ਕੋ ਆਖੈ,
nanək akhəɳ(ɪ) sə̂b(ʊ) ko akhɛ

ਇਕ ਦੂ ਇਕੁ ਸਿਆਣਾ ॥
ɪk du ɪk(ʊ) sɪaɳa

主は偉大な王で，御名は偉大である。

ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ ਵਡੀ ਨਾਈ,
vəḍa sahɪb(ʊ)vəḍi nai

すべては，主の御業（みわざ）に従って起こる。

ਕੀਤਾ ਜਾ ਕਾ ਹੋਵੈ ॥
kita ɟa ka hovɛ

ナーナクよ。〔主について〕知っているなどという者がおれば，〔その者は〕来世で祝福されぬだろう。

ਨਾਨਕ ਜੇ ਕੋ ਆਪੌ ਜਾਣੈ, ਅਗੈ ਗਇਆ ਨ ਸੋਹੈ ॥੨੧॥
nanək ɟe ko apɔ ɟaɳɛ əgɛ gaɪa nə sohɛ

冥界の下に冥界があり，空の上に幾十万の空がある。

ਪਾਤਾਲਾ ਪਾਤਾਲ ਲਖ, ਆਗਾਸਾ ਆਗਾਸ ॥
patala patal ləkh agasa agas

主の限界を人はさがし求めて疲れきった。ヴェーダも一つのこと〔この世の空しさ〕を説く。

ਓੜਕ ਓੜਕ ਭਾਲਿ ਥਕੇ, ਵੇਦ ਕਹਨਿ ਇਕ ਵਾਤ ॥
oʈək oʈək pǎl(ɪ)thəke ved kên(ɪ)ɪk vat

一万八千の世界があるとコラーンはいうが，要（かなめ）は無限の主があるだけ。

ਸਹਸ ਅਠਾਰਹ ਕਹਨਿ ਕਤੇਬਾ, ਅਸੁਲੂ ਇਕੁ ਧਾਤੁ ॥
sês əʈharâ kên(ɪ) kəteba əsʊlu ɪk(ʊ) tǎt(ʊ)

〔主の無限性を〕書こうとすれば，人をそれを書いているうちに命果ててしまう。

ਲੇਖਾ ਹੋਇ ਤ ਲਿਖੀਐ, ਲੇਖੈ ਹੋਇ ਵਿਣਾਸੁ ॥
lekha hoɪ tə lɪkhiɛ lekhɛ hoɪ vɪɳas(ʊ)

ナーナクよ。主を偉大といえ。主は自らをご存知だ。

ਨਾਨਕ, ਵਡਾ ਆਖੀਐ, ਆਪੇ ਜਾਣੈ ਆਪੁ ॥੨੨॥
nanək vəḍa akhiɛ ape ɟaɳɛ ap(ʊ)

いくら主を讃えても，人は主の偉大さを知る力をもたなかった。

ਸਾਲਾਹੀ ਸਾਲਾਹਿ, ਏਤੀ ਸੁਰਤਿ ਨ ਪਾਈਆ ॥
salâi salâɪ eti sugət(ɪ) nə paia

海に注ぐ川が海の大きさを知らないように。

ਨਦੀਆ ਅਤੈ ਵਾਹ, ਪਵਹਿ ਸਮੁੰਦਿ, ਨ ਜਾਣੀਅਹਿ ॥
nədia ətɛ vâ pəvê səmundɪ nə ɟaɳiê

| | |
|---|---|
| 海山のように，巨万の富を持つ王も，心に主を忘れぬ蟻〔のように小さい生物（いきもの）〕にも及ばない。 | ਸਮੁੰਦ ਸਾਹ ਸੁਲਤਾਨ, ਗਿਰਹਾ ਸੇਤੀ ਮਾਲੁ ਧਨੁ ॥<br>səmʊnd sâ sʊltan gɪrha seti mal(ʊ) tə̌n(ʊ)<br>ਕੀੜੀ ਤੁਲਿ ਨ ਹੋਵਨੀ, ਜੇ ਤਿਸੁ ਮਨਹੁ ਨ ਵੀਸਰਹਿ ॥੨੩॥<br>kiɽi tʊl(ɪ) nə hovəni ɟe tɪs(ʊ)mənə(ʊ)nə visərɛ̂ |
| 主を讃える言葉も終りなく，主を讃える人も限りない。 | ਅੰਤੁ ਨ ਸਿਫਤੀ, ਕਹਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥<br>ənt(ʊ)nə sɪphəti kɛ̂ɳ(ɪ) nə ənt(ʊ) |
| 主の御業（みわざ）も限りなく，主の恵みも限りない。 | ਅੰਤੁ ਨ ਕਰਣੈ, ਦੇਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥<br>ənt(ʊ) nə kərəɳɛ deɳ(ɪ) nə ənt(ʊ) |
| 主の見られるもの，聞かれるものも限りない。 | ਅੰਤੁ ਨ ਵੇਖਣਿ, ਸੁਣਣਿ ਨ ਅੰਤੁ ॥<br>ənt(ʊ) nə vekhəɳ(ɪ)sʊɳɳ(ɪ) nə ənt(ʊ) |
| 主の御心は無限で，<br>主の創り給うた物も無限。 | ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ, ਕਿਆ ਮਨਿ ਮੰਤੁ ॥<br>ənt(ʊ)nə ɟapɛ kɪa mən(ɪ)mənt(ʊ)<br>ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਕੀਤਾ ਆਕਾਰੁ ॥<br>ənt(ʊ) nə ɟapɛ kita akar(ʊ) |
| その境界は果てしない。 | ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਪੈ ਪਾਰਾਵਾਰੁ ॥<br>ənt(ʊ) nə ɟapɛ paravar(ʊ) |
| 主の限界を知りたいと多くの者は嘆く。 | ਅੰਤ ਕਾਰਣਿ ਕੇਤੇ ਬਿਲਲਾਹਿ ॥<br>ənt karəɳ(ɪ)kete bɪllâɪ |
| しかし，主の際限は知られない。 | ਤਾ ਕੇ ਅੰਤ ਨ ਪਾਏ ਜਾਹਿ ॥<br>ta ke ənt nə pae ɟâɪ |
| 誰も主の限界を知り得ない。 | ਏਹੁ ਅੰਤੁ ਨ ਜਾਣੈ ਕੋਇ ॥<br>êʊ ənt(ʊ) nə ɟaɳɛ koɪ |
| 多くを語れば語るほど，分からなくなる。 | ਬਹੁਤਾ ਕਹੀਐ, ਬਹੁਤਾ ਹੋਇ ॥<br>bɔ̂ta kɛ̂iɛ bɔ̂ta hoɪ |
| 主は偉大で，御座は高い。 | ਵਡਾ ਸਾਹਿਬੁ, ਊਚਾ ਥਾਉ ॥<br>vəɖa sahɪb(ʊ) uca thao |
| 主の御名は最も高き者よりもさらに高い。 | ਊਚੇ ਉਪਰਿ ਊਚਾ ਨਾਉ ॥<br>uce ʊpər(ɪ)uca nao |
| 主と同じほど高位にいるものだけが主を知ることができる。 | ਏਵਡੁ ਊਚਾ ਹੋਵੈ ਕੋਇ ॥ ਤਿਸੁ ਊਚੇ ਕਉ, ਜਾਣੈ ਸੋਇ ॥<br>evəɖ(ʊ)uca hovɛ koɪ tɪs(ʊ) ucɛ kəɔ ɟaɳɛ soɪ |
| 主の偉大さは，主自らがよく知っておられる。 | ਜੇਵਡੁ ਆਪਿ ਜਾਣੈ ਆਪਿ ਆਪਿ ॥<br>ɟevəɖ(ʊ)ap(ɪ)ɟaɳɛ ap(ɪ) ap(ɪ) |
| ナーナクよ。慈悲深い主の恵みにより，我らは祝福を受ける。 | ਨਾਨਕ, ਨਦਰੀ ਕਰਮੀ ਦਾਤਿ ॥੨੪॥<br>nanək nədri kərmi dat(ɪ) |
| 主の恵みの大きさは書くことができない。 | ਬਹੁਤਾ ਕਰਮੁ, ਲਿਖਿਆ ਨਾ ਜਾਇ ॥<br>bɔta kərəm(ʊ) lɪkhɪa na ɟaɪ |

| | |
|---|---|
| 偉大な主は施しのみをなさり，ごまほどの少量もどん欲心はお持ちにならない。 | ਵਡਾ ਦਾਤਾ, ਤਿਲੁ ਨ ਤਮਾਇ ॥<br>vəɖa data tɪl(ʊ)nə təmaɪ |
| 無数の兵士が主の恵みを乞う。 | ਕੇਤੇ ਮੰਗਹਿ ਜੋਧ ਅਪਾਰ ॥<br>kete məŋgɛ̂ ɟôd əpar |
| 主に思いをはせる者は数知れずいる。 | ਕੇਤਿਆ ਗਣਤ ਨਹੀ ਵੀਚਾਰੁ ॥<br>ketɪa gəɳət nâi vicar(ʊ) |
| 悪い行ないにふけって，身を滅ぼす者も多い。 | ਕੇਤੇ ਖਪਿ ਤੁਟਹਿ ਵੇਕਾਰ ॥<br>kete khəp(ɪ) tʊʈɛ̂ vekar |
| つねに主の恵みを受けながら，それを拒否する者も多くいる。 | ਕੇਤੇ ਲੈ ਲੈ ਮੁਕਰਿ ਪਾਹਿ ॥<br>kete lɛ lɛ mʊkər(ɪ) pâɪ |
| 〔感謝の気持なく〕主の恵みをむさぼり食いつづける愚か者も多くいる。 | ਕੇਤੇ ਮੂਰਖ, ਖਾਹੀ ਖਾਹਿ ॥<br>kete murəkh khâi khâɪ |
| 苦しみと飢えに耐えていつもこらしめを受ける者も多い。 | ਕੇਤਿਆ, ਦੂਖ ਭੂਖ ਸਦ ਮਾਰ ॥<br>ketɪa dukh pǔkh səd mar |
| それも又，主の恵みである。慈悲深い主よ。 | ਏਹਿ ਭਿ ਦਾਤਿ ਤੇਰੀ, ਦਾਤਾਰ ॥<br>êɪ pǐ dat(ɪ)teri datar |
| 〔輪廻の〕束縛からの解脱は主の御心による。 | ਬੰਦਿ ਖਲਾਸੀ, ਭਾਣੈ ਹੋਇ ॥<br>bənd(ɪ)khəlasi pǎɳɛ hoɪ |
| 主以外の誰も〔解脱を〕言うことができない。 | ਹੋਰੁ ਆਖਿ ਨ ਸਕੈ ਕੋਇ ॥<br>hor(ʊ) akh(ɪ) nə səkɛ koɪ |
| 〔それを〕言えるという愚か者がおれば，〔来世で〕 | ਜੇ ਕੋ ਖਾਇਕੁ ਆਖਣਿ ਪਾਇ ॥<br>ɟe ko khaɪk(ʊ)akhaɳ(ɪ) paɪ |
| 罰を受けるだろう。 | ਓਹੁ ਜਾਣੈ, ਜੇਤੀਆ ਮੁਹਿ ਖਾਇ ॥<br>ôʊ ɟaɳɛ ɟetia mʊ̂(ɪ) khaɪ |
| 主はすべてをご存知で，主自らが与えられる。 | ਆਪੇ ਜਾਣੈ, ਆਪੇ ਦੇਇ ॥<br>ape ɟaɳɛ ape deɪ |
| それでも，主が我々に与えられるという人は少ない。 | ਆਖਹਿ ਸਿ ਭਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥<br>akhɛ̂ sɪ pǐ kei keɪ |
| 主の恵みを与えられる者だけが，ナーナクよ，主は王の中の王であると称賛する。 | ਜਿਸ ਨੋ ਬਖਸੇ ਸਿਫਤਿ ਸਾਲਾਹ ॥<br>ɟɪs no bəkhse sɪphət(ɪ) salâ<br>ਨਾਨਕ, ਪਾਤਿਸਾਹੀ ਪਾਤਿਸਾਹੁ ॥੨੫॥<br>nanək patɪsâi patɪsâ(ʊ) |
| 主の徳(グナ)は高価であり商い〔主の徳を知る精神作用〕も高価である。 | ਅਮੁਲ ਗੁਣ, ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰ ॥<br>əmʊl gʊɳ əmʊl vapar |
| 主の商人(あきんど)も高価，その店も高価。 | ਅਮੁਲ ਵਾਪਾਰੀਏ, ਅਮੁਲ ਭੰਡਾਰ ॥<br>əmʊl vaparie əmʊl pə̌ɳɖar |
| 主のもとに来，主から買物をする者も高価。 | ਅਮੁਲ ਆਵਹਿ, ਅਮੁਲ ਲੈ ਜਾਹਿ ॥<br>əmʊl avɛ̂ əmʊl lɛ ɟâɪ |

| | |
|---|---|
| 主の愛も主に没入することも高価。 | ਅਮੁਲ ਭਾਇ, ਅਮੁਲਾ ਸਮਾਹਿ ॥<br>əmul pǎɪ   əmula səmâɪ |
| 主の裁きも，宮殿も尊い。 | ਅਮੁਲੁ ਧਰਮੁ, ਅਮੁਲੁ ਦੀਬਾਣੁ ॥<br>əmul(ʊ)tə̌rəm(ʊ)əmul(ʊ)dibaɳ(ʊ) |
| 主の〔人の行為を測る〕天秤（てんびん）も主のおもりもかけがえない。 | ਅਮੁਲੁ ਤੁਲੁ, ਅਮੁਲੁ ਪਰਵਾਣੁ ॥<br>əmul(ʊ)tʊl(ʊ)əmul(ʊ) pərvaɳ(ʊ) |
| 主の恵みも，主の〔承諾の〕しるしもかけがえない。 | ਅਮੁਲ ਬਖਸੀਸ, ਅਮੁਲੁ ਨੀਸਾਣੁ ॥<br>əmul bəkhsis əmul(ʊ) nisaɳ(ʊ) |
| 主の恵みはかけがえがなく，主のご命令もかけがえない。 | ਅਮੁਲੁ ਕਰਮੁ, ਅਮੁਲੁ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥<br>əmul(ʊ)kərəm(ʊ)əmul(ʊ) phʊlmaɳ(ʊ) |
| 主のあらゆる御業はすべてかけがえがなく，描写できない。 | ਅਮੁਲੋ ਅਮੁਲੁ ਆਖਿਆ ਨ ਜਾਇ ॥<br>əmulo əmul(ʊ)akhɪa nə ɟaɪ |
| 主よ。つねに主に語りかけることによって，人はあなたの愛にうずもれようとする。 | ਆਖਿ ਆਖਿ ਰਹੇ ਲਿਵ ਲਾਇ ॥<br>akh(ɪ)akh(ɪ)rə̂e lɪv laɪ |
| ヴェーダやプラーナを誦する者も主の偉大さを歌う。 | ਆਖਹਿ, ਵੇਦ ਪਾਠ ਪੁਰਾਣ ॥<br>akhɛ̂ ved paṭh puraɳ |
| 学者たちも主について語る。 | ਆਖਹਿ ਪੜੇ ਕਰਹਿ ਵਖਿਆਣ ॥<br>akhɛ̂ pəɽe kərɛ̂ vəkh(ɪ)aɳ |
| ブラフマーもインドラ神も主をほめたたう。 | ਆਖਹਿ ਬਰਮੇ, ਆਖਹਿ ਇੰਦ ॥<br>akhɛ̂ bərme akhɛ̂ ɪnd |
| 牧女（ゴーピー）もクリシュナも主をうたう。 | ਆਖਹਿ, ਗੋਪੀ ਤੈ ਗੋਵਿੰਦ ॥<br>akhɛ̂ gopi tɛ govɪnd |
| シヴァもヨーギーも主をうたう。 | ਆਖਹਿ ਈਸਰ, ਆਖਹਿ ਸਿਧ ॥<br>akhɛ̂ isər akhɛ̂ sɪ̌d |
| 主により悟りを開いた者もすべて主をうたう。 | ਆਖਹਿ, ਕੇਤੇ ਕੀਤੇ ਬੁਧ ॥<br>akhɛ̂ kete kite bʊ̌d |
| 鬼も神も主をたたえる。 | ਆਖਹਿ ਦਾਨਵ, ਆਖਹਿ ਦੇਵ ॥<br>akhɛ̂ danəv akhɛ̂ dev |
| 半神も人もムニ達も下僕も主を語る。 | ਆਖਹਿ, ਸੁਰਿ ਨਰ ਮੁਨਿ ਜਨ ਸੇਵ ॥<br>akhɛ̂ sʊr(ɪ)nər munɪ ɟən sev |
| 多くの者が主〔の偉大さ〕を語り，語ろうとする。 | ਕੇਤੇ ਆਖਹਿ, ਆਖਣਿ ਪਾਹਿ ॥<br>kete akhɛ̂ akhɛ̂ pâɪ |
| 主について語りつづけながら〔空しく〕この世を去っ | ਕੇਤੇ, ਕਹਿ ਕਹਿ, ਉਠਿ ਉਠਿ ਜਾਹਿ ॥<br>kete kɛ̂ kɛ̂ ʊṭh(ɪ)ʊṭh(ɪ) ɟâɪ |

た者も多い。
主がすでに創り給うたものをさらに創られようとも，誰も〔主の徳を〕述べることができない。
主は気に召されるほど，偉大となられる。

ਏਤੇ ਕੀਤੇ, ਹੋਰਿ ਕਰੇਹਿ ॥
ete kite hor(ɪ) kərêɪ
ਤਾ, ਆਖਿ ਨ ਸਕਹਿ ਕੇਈ ਕੇਇ ॥
ta akh(ɪ) nə səkɛ̂ kei keɪ
ਜੇਵਡੁ ਭਾਵੈ, ਤੇਵਡੁ ਹੋਇ ॥
ɟevəɖ(ʊ)pǎvɛ tevəɖ(ʊ)hoɪ

ナーナクよ。真(まこと)の主は自らの偉大さを知る。

ਨਾਨਕ, ਜਾਣੈ ਸਾਚਾ ਸੋਇ ॥
nanək ɟaɳɛ saca soɪ

〔主の徳をすべて〕語れるとたわ言をいう愚か者あれば，最も愚か者と書き留められよう。

ਜੇ ਕੋ ਆਖੈ ਬੋਲੁ ਵਿਗਾੜੁ ॥
ɟe ko akhɛ bol(ʊ)vɪgaɽ(ʊ)
ਤਾ ਲਿਖੀਐ ਸਿਰਿ ਗਾਵਾਰਾ ਗਾਵਾਰੁ ॥੨੬॥
ta lɪkhiɛ sɪr(ɪ) gavara gavar(ʊ)

主よ。あなたが座し給うて，すべてを見つめられる戸はどんな〔にすばらしい〕か。その家はどんな〔にすばらしい〕か。

ਸੋ ਦਰੁ ਕੇਹਾ, ਸੋ ਘਰੁ ਕੇਹਾ, ਜਿਤੁ ਬਹਿ ਸਰਬ ਸਮਾਲੇ ॥
so dər(ʊ)kêa so kə̌r(ʊ)kêa ɟɪt(ʊ)bɛ̂ sərəb səmale

無数の楽器が響きわたり，楽師も無数にいる。

ਵਾਜੇ ਨਾਦ ਅਨੇਕ ਅਸੰਖਾ, ਕੇਤੇ ਵਾਵਣਹਾਰੇ ॥
vaɟe nad ənek əsəŋkha kete vávəɳhare

無数の調べで主の徳をうたう。主の栄光をうたう吟遊詩人の数も無数。

ਕੇਤੇ ਰਾਗ ਪਰੀ ਸਿਉ ਕਹੀਅਨਿ, ਕੇਤੇ ਗਾਵਣਹਾਰੇ ॥
kete rag pəri sɪo kə̂ian(ɪ) kete gavəɳhare

あなたの徳を風，水，火が歌い，あなたの戸口で法王もあなたの栄光をうたう。

ਗਾਵਹਿ ਤੁਹਨੋ, ਪਉਣੁ ਪਾਣੀ ਬੈਸੰਤਰੁ,
gavɛ̂ tʊ̂no pəuɳ(ʊ) paɳi bɛsəntər(ʊ)
ਗਾਵੈ ਰਾਜਾ ਧਰਮੁ, ਦੁਆਰੇ ॥
gavɛ raɟa tə̌rəm(ʊ) duare

〔人の善行悪行を記す〕チットラグプタの記録に従い，法王は裁く。そのチットラグプタもあなたの栄光をうたう。

ਗਾਵਹਿ ਚਿਤੁ ਗੁਪਤੁ ਲਿਖਿ ਜਾਣਹਿ,
gavɛ̂ cɪt(ʊ)gupt(ʊ)lɪkh(ɪ) ɟaɳɛ̂
ਲਿਖਿ ਲਿਖਿ ਧਰਮੁ ਵੀਚਾਰੇ ॥
lɪkh(ɪ)lɪkh(ɪ)tə̌rəm(ʊ)vicare

シヴァ，ブラフマー並びにその妃はつねに主の栄光をうたいつづける。

ਗਾਵਹਿ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਦੇਵੀ, ਸੋਹਨਿ ਸਦਾ ਸਵਾਰੇ ॥
gavɛ̂ isər(ʊ) bərma devi sohən(ɪ)səda səvare

神々に囲まれて玉座に座るインドラも主の門前でうたう。

ਗਾਵਹਿ ਇੰਦ ਇੰਦਾਸਣਿ ਬੈਠੇ, ਦੇਵਤਿਆ ਦਰਿ ਨਾਲੇ ॥
gavɛ̂ ɪnd ɪndasəɳ(ɪ) bɛʈhe devtɪa dər(ɪ)nale

聖者も瞑想して主をうたう。聖者も主を思う。

ਗਾਵਹਿ ਸਿਧ ਸਮਾਧੀ ਅੰਦਰਿ, ਗਾਵਨਿ ਸਾਧ ਵਿਚਾਰੇ ॥
gavɛ̂ sɪ̂d səmâdi əndər(ɪ) gavən(ɪ)sâd vɪcare

禁欲者も，誠実な人も悦に入る者もうたう。勇者も主を讃えてうたう。

ਗਾਵਨਿ ਜਤੀ ਸਤੀ ਸੰਤੋਖੀ, ਗਾਵਹਿ ਵੀਰ ਕਰਾਰੇ ॥
gavən(ɪ)ɟəti səti səntokhi gavɛ̂ vir kərare

学者(パンディト)もヴェーダを読む人も，幾世にわたってリシ達と共に主をたたえる。

ਗਾਵਨਿ ਪੰਡਿਤ ਪੜਨਿ ਰਖੀਸਰ, ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਵੇਦਾ ਨਾਲੇ ॥
gavən(ɪ)pəɳɖ(ɪ)t pəɽən(ɪ)rəkhisərɟugɟugveda nale

天界，地界，下界において，人の心を奪う天女もあなたをうたう。

ਗਾਵਹਿ ਮੋਹਣੀਆ ਮਨੁ ਮੋਹਨਿ, ਸੁਰਗਾ ਮਛ ਪਇਆਲੇ ॥
gavɛ̂ môɳia mən(ʊ)mohən(ɪ)surga məch paiale

| | |
|---|---|
| 主の創り給うた宝石も，六十八の巡礼地もうたう。 | ਗਾਵਨਿ ਰਤਨ ਉਪਾਏ ਤੇਰੇ, ਅਠਸਠਿ ਤੀਰਥ ਨਾਲੇ ॥<br>gavən(ɪ)rətən ʊpae tere əʈhsəʈh(ɪ)tirəth nale |
| 勇敢な兵士も勇士も，〔卵，胎盤，汗，空気という〕四つの根元から生まれたものもうたう。 | ਗਾਵਹਿ ਜੋਧ ਮਹਾਬਲ ਸੂਰਾ, ਗਾਵਹਿ ਖਾਣੀ ਚਾਰੇ ॥<br>gavɛ̂ ɟôd məhabəl sura gavɛ̂ khaɳi care |
| あなたに創造された大陸も世界も，あなたに置かれた宇宙もすべて，主〔の徳〕をうたう。 | ਗਾਵਹਿ ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡਾ, ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਖੇ ਧਾਰੇ ॥<br>gavɛ̂ khəɳɖ məɳɖəl vərbə̌ɳɖa kər(ɪ)kər(ɪ)rəkhe tǎre |
| あなたの喜び給う者，甘露の家であなたの愛に浸った者だけがあなたの徳をうたう。 | ਸੇਈ ਤੁਧਨੋ ਗਾਵਹਿ, ਜੋ ਤੁਧੁ ਭਾਵਨਿ,<br>soitʊdə̌no gavɛ̂ ɟo tʊ̂d pǎvən(ɪ)<br>ਰਤੇ ਤੇਰੇ ਭਗਤ ਰਸਾਲੇ ॥<br>rəte tere pə̌gət rəsale |
| 私の知り得ぬ人が外にあなたを讃えてうたう。<br>ナーナクよ。それらの人々はどう描写できようか。 | ਹੋਰਿ ਕੇਤੇ ਗਾਵਨਿ ਸੇ ਮੈ ਚਿਤਿ ਨ ਆਵਨਿ,<br>hor(ɪ)kete gavən(ɪ)se mɛ cɪt(ɪ) nə avən(ɪ)<br>ਨਾਨਕੁ ਕਿਆ ਵੀਚਾਰੇ ॥<br>nanək kɪa vicare |
| その主こそつねに真理である。主は真理である。真理こそその御名である。 | ਸੋਈ ਸੋਈ ਸਦਾ ਸਚੁ, ਸਾਹਿਬੁ ਸਾਚਾ, ਸਾਚੀ ਨਾਈ ॥<br>soi soi səda səc(ʊ)sahɪb(ʊ)saca saci nai |
| たとえこの世が滅んでも，創造主は決して滅びない。 | ਹੈ ਭੀ ਹੋਸੀ ਜਾਇ ਨ ਜਾਸੀ, ਰਚਨਾ ਜਿਨਿ ਰਚਾਈ ॥<br>hɛ pǐ hosi ɟaɪ nə ɟasi rəcna ɟɪn(ɪ) rəcai |
| この世を作り給うた主は，さまざまな方法でさまざまな色と種類を作られた。 | ਰੰਗੀ ਰੰਗੀ ਭਾਤੀ ਕਰਿ ਕਰਿ,<br>rəŋgi rəŋgi pǎti kər(ɪ)kər(ɪ)<br>ਜਿਨਸੀ ਮਾਇਆ ਜਿਨਿ ਉਪਾਈ ॥<br>ɟɪnsi maɪa ɟɪn(ɪ) ʊpai |
| 主は主の偉大さの気に召すように，自分の創造された物をご覧になる。 | ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਕੀਤਾ ਆਪਣਾ,<br>kər(ɪ)kər(ɪ)vekhɛ kita apɳa<br>ਜਿਵ ਤਿਸ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ॥<br>ɟɪv tɪs di vəɖɪai |
| 主は気に入られた通りになさるだろう。 | ਜੋ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ ਸੋਈ ਕਰਸੀ,<br>ɟo tɪs(ʊ)pǎvɛ soi kərsi |
| 主に命令することはできない。 | ਹੁਕਮੁ ਨ ਕਰਣਾ ਜਾਈ ॥<br>hʊkəm(ʊ)nə kərɳa ɟai |
| ナーナクよ。主は王の中の王であり，主の御心に従って生きるのがよい。 | ਸੋ ਪਾਤਿਸਾਹੁ, ਸਾਹਾ ਪਾਤਿਸਾਹਿਬੁ,<br>so patɪsâ(ʊ) saha pat(ɪ)sahɪb(ʊ)<br>ਨਾਨਕ ਰਹਣੁ ਰਜਾਈ ॥੨੭॥<br>nanək rəhəɳ(ʊ)rəɟai |
| 満足をあなたの耳輪とし，謙虚さをあなたの施しを受ける袋とし，瞑想を体に塗る灰の代わりにしなさい。 | ਮੁੰਦਾ ਸੰਤੋਖੁ, ਸਰਮੁ ਪਤੁ ਝੋਲੀ,<br>mʊnda səntokh(ʊ)sərəm(ʊ)pət(ʊ)cǒli<br>ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਿਭੂਤਿ ॥<br>tǐan ki kərɛ̂ bɪbǔt(ɪ) |
| 死について考えることを，つぎをあてた衣とし，処 | ਖਿੰਥਾ ਕਾਲੁ, ਕੁਆਰੀ ਕਾਇਆ ਜੁਗਤਿ,<br>khɪntha kǎl(ʊ)kʊari kaɪa ɟʊgət(ɪ) |

| | |
|---|---|
| 女の体のような純潔をあなたの人生の道とし，主への信心を杖としなさい。 | ਡੰਡਾ ਪਰਤੀਤਿ ॥<br>ḍəṇḍa pərtit(ɪ) |
| 四海同胞愛を〔ヨーガ派の〕最大の目標としなさい。<br>そして，自分の心を制してはじめて，回りの世界を制することができると知りなさい。 | ਆਈ ਪੰਥੀ, ਸਗਲ ਜਮਾਤੀ,<br>ai pənthi səgəl ɟəmati<br>ਮਨਿ ਜੀਤੈ ਜਗੁ ਜੀਤੁ ॥<br>mən(ɪ)ɟitɛ ɟəg(ʊ)ɟit(ʊ) |
| 私は主を頂礼する。 | ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥<br>ades(ʊ) tɪsɛ ades(ʊ) |
| 最初で，純粋で，不始で不滅，永久（とわ）にお姿の変らない主を。 | ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ<br>ad(ɪ) ənil(ʊ)ənad(ɪ) ənât(ɪ)<br>ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੨੮॥<br>ɟug(ʊ)ɟug(ʊ)eko ves(ʊ) |
| 神の知識を糧とし，慈悲を食を施す者とせよ。 | ਭੁਗਤਿ ਗਿਆਨੁ, ਦਇਆ ਭੰਡਾਰਣਿ,<br>pʊ̆gət(ɪ)gɪan(ʊ) dəɪa pə̆ṇḍarəṇ(ɪ) |
| すべての人の心に鳴る神の調べを聞け。 | ਘਟਿ ਘਟਿ ਵਾਜਹਿ ਨਾਦ ॥<br>kə̆ṭ(ɪ)kə̆ṭ(ɪ)vaɟɛ̂ nad |
| すべてを支配されるのは最高の主自らで，富と奇跡は〔聖者の好まぬ〕変った味である。<br>出会いと別離は共に世の中の習い。 | ਆਪਿ ਨਾਥੁ, ਨਾਥੀ ਸਭ ਜਾ ਕੀ,<br>ap(ɪ) nath(ʊ) nathi sə̂b ɟa ki<br>ਰਿਧਿ ਸਿਧਿ ਅਵਰਾ ਸਾਦ ॥<br>rɪ̂d(ɪ)sɪ̂d(ɪ)əvra sad<br>ਸੰਜੋਗੁ ਵਿਜੋਗੁ ਦੁਇ ਕਾਰ ਚਲਾਵਹਿ,<br>səñɟog(ʊ)vɪɟog(ʊ)dʊɪ kar cəlavɛ̂ |
| 人は運命によって分け前を得る。 | ਲੇਖੇ ਆਵਹਿ ਭਾਗ ॥<br>lekhe avɛ̂ pǎg |
| 私は主を頂礼する。 | ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥<br>ades(ʊ)tɪsɛ ades(ʊ) |
| 最初で，純粋で，不始で不滅，永久にお姿の変らない主を。 | ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ,<br>ad(ɪ) ənil(ʊ) ənad(ɪ)ənahət(ɪ)<br>ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੨੯॥<br>ɟug(ʊ)ɟug(ʊ)eko ves(ʊ) |
| 主なる母（マーヤー）は創造を企てて，三人の弟子を生んだ。 | ਏਕਾ ਮਾਈ, ਜੁਗਤਿ ਵਿਆਈ, ਤਿਨਿ ਚੇਲੇ ਪਰਵਾਣੁ ॥<br>eka mai ɟugət(ɪ) vɪai tɪn(ɪ)cele pərvaṇ(ʊ) |
| それは，創造主(ブラフマー)，食を施す者(ヴィシュヌ)，破壊する者（シヴァ）。 | ਇਕੁ ਸੰਸਾਰੀ, ਇਕੁ ਭੰਡਾਰੀ, ਇਕੁ ਲਾਏ ਦੀਬਾਣੁ ॥<br>ɪk(ʊ)sənsari ɪk(ʊ)pə̆ṇḍari ɪk(ʊ) lae dibaṇ(ʊ) |
| 主はそのご意志と命令に従って,彼らを行動させる。 | ਜਿਵ ਤਿਸੁ ਭਾਵੈ, ਤਿਵੈ ਚਲਾਵੈ, ਜਿਵ ਹੋਵੈ ਫੁਰਮਾਣੁ ॥<br>ɟɪv tɪs(ʊ) pǎvɛ tɪvɛ cəlavɛ ɟɪv hovɛ phurmaṇ(ʊ) |
| 主は彼らをご覧になるのに，彼らが主を見ないのは不可解である。 | ਓਹੁ ਵੇਖੈ, ਓਨਾ ਨਦਰਿ ਨ ਆਵੈ, ਬਹੁਤਾ ਏਹੁ ਵਿਡਾਣੁ ॥<br>ô(ʊ)vekhɛ̂ ona nədər(ɪ) nə avɛ bôta ê(ʊ)vɪḍaṇ(ʊ) |
| 私は主を頂礼する。 | ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥<br>ades(u) tɪsɛ ades(ʊ) |

| | |
|---|---|
| 最初で，純粋で，不始で不滅，永久にお姿の変らない主を。<br>どの世にも主の御座と宝庫がある。 | ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ,<br>ad(ɪ) ənil(ʊ) ənad(ɪ) ənahət(ɪ)<br>ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੩੦॥<br>ɟʊg(ʊ)ɟʊg(ʊ)eko ves(ʊ)<br>ਆਸਣੁ ਲੋਇ ਲੋਇ ਭੰਡਾਰ ॥<br>asəɳ(ʊ) lot lot pə̃ɳdar |
| 主はその宝庫に一度だけすべてのものを入れられた。 | ਜੋ ਕਿਛੁ ਪਾਇਆ, ਸੁ ਏਕਾ ਵਾਰ ॥<br>ɟo kɪch(ʊ) paɪa sʊ eka var |
| 主は自分の創られた物をじっと見守っておられる。 | ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸਿਰਜਣਹਾਰੁ ॥<br>kər(ɪ)kər(ɪ)vekhɛ sɪrɟəɳhar(ʊ) |
| ナーナクよ。真（まこと）の主の御業（みわざ）は真（まこと）である。 | ਨਾਨਕ, ਸਚੇ ਕੀ ਸਾਚੀ ਕਾਰ ॥<br>nanək səce ki saci kar |
| 私は主を頂礼する。 | ਆਦੇਸੁ, ਤਿਸੈ ਆਦੇਸੁ ॥<br>ades(ʊ) tɪsɛ ades(ʊ) |
| 最初で，純粋で，不始で不滅，永久にお姿の変らない主を。 | ਆਦਿ ਅਨੀਲੁ ਅਨਾਦਿ ਅਨਾਹਤਿ,<br>ad(ɪ) ənil(ʊ) ənad(ɪ) ənahət(ɪ)<br>ਜੁਗੁ ਜੁਗੁ ਏਕੋ ਵੇਸੁ ॥੩੧॥<br>ɟʊg(ʊ)ɟʊg(ʊ)eko ves(ʊ) |
| 私の一枚の舌が十万の舌になり，さらに二百万になろうとも，その舌で何十万回でも世界（ジアグディーシュ）の主の名だけを唱える。 | ਇਕ ਦੂ ਜੀਭੌ ਲਖ ਹੋਹਿ, ਲਖ ਹੋਵਹਿ ਲਖ ਵੀਸ ॥<br>ɪk du ɟîbɔ ləkh hoɪ ləkh hovɛ̂ ləkh vis<br>ਲਖੁ ਲਖੁ ਗੇੜਾ ਆਖੀਅਹਿ, ਏਕੁ ਨਾਮੁ ਜਗਦੀਸ ॥<br>ləkh(ʊ)ləkh(ʊ)geɽa akhiɛ̂ ek(ʊ)nam(ʊ)ɟəgdis |
| この道にある階悌を登って私〔花嫁〕は背の君と一つになろう。 | ਏਤੁ ਰਾਹਿ ਪਤਿ ਪਵੜੀਆ, ਚੜੀਐ ਹੋਇ ਇਕੀਸ ॥<br>et(ʊ)râɪ pət(ɪ)pəvəɽia cəɽiɛ hoɪ ɪkis |
| 天界の話を聞けば虫ケラさえも，主に会いたい気持にかられる。 | ਸੁਣਿ ਗਲਾ ਆਕਾਸ ਕੀ, ਕੀਟਾ ਆਈ ਰੀਸ ॥<br>sʊɳ(ɪ)gəla akas ki kiʈa ai ris |
| ナーナクよ。主の恵みにより神を得る。おごるものはすべて欺瞞である。 | ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਪਾਈਐ, ਕੂੜੀ ਕੂੜੈ ਠੀਸ ॥੩੨॥<br>nanək nədri paiɛ kuɽi kuɽɛ ʈhis |
| 話す力も黙る力も〔我らには〕ない。 | ਆਖਣਿ ਜੋਰੁ, ਚੁਪੈ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥<br>akhəɳ(ɪ)ɟor(ʊ)cupɛ nɛ̂ ɟor(u) |
| 乞う力も与える力も〔我らには〕ない。 | ਜੋਰੁ ਨ ਮੰਗਣਿ, ਦੇਣਿ ਨ ਜੋਰੁ ॥<br>ɟor(ʊ)nə məŋgəɳ(ɪ)deɳ(ɪ)nə ɟor(ʊ) |
| 生きる力も死ぬ力も〔我らには〕ない。 | ਜੋਰੁ ਨ ਜੀਵਣਿ, ਮਰਣਿ ਨਹ ਜੋਰੁ ॥<br>ɟor(ʊ)nə ɟivəɳ(ɪ)mərəɳ(ɪ)nɛ̂ ɟor(ʊ) |
| 心を揺さぶるような版図も富も〔我らには〕ない。 | ਜੋਰੁ ਨ ਰਾਜਿ ਮਾਲਿ ਮਨਿ ਸੋਰੁ ॥<br>ɟor(ʊ)nə raɟ(ɪ)mal(ɪ)mən(ɪ)sor(ʊ) |
| 神の知識を獲得して主を瞑想する力を得る能力も〔我らには〕ない。 | ਜੋਰੁ ਨ ਸੁਰਤੀ ਗਿਆਨਿ ਵੀਚਾਰਿ ॥<br>ɟor(ʊ)nə sʊrəti gɪan(ɪ)vicar(ɪ) |

| | |
|---|---|
| この世から逃れる力も〔我らには〕ない。 | ਜੋਰੁ ਨ ਜੁਗਤੀ ਛੁਟੈ ਸੰਸਾਰੁ ॥<br>ɟor(ʊ) nə ɟʊgəti chʊʈɛ sənsar |
| その力を有する主のみが，その力を行使する。 | ਜਿਸੁ ਹਥਿ ਜੋਰੁ, ਕਰਿ ਵੇਖੈ ਸੋਇ ॥<br>ɟɪs(ʊ)hath(ɪ)ɟor(ʊ)kər(ɪ)vekhɛ soɪ |
| ナーナクよ。主の前では高い者も卑(いや)しい者もない。 | ਨਾਨਕ, ਉਤਮੁ ਨੀਚੁ ਨ ਕੋਇ ॥੩੩॥<br>nanək ʊtəm(ʊ)nic(ʊ)nə koɪ |
| 主は夜と季節と月，日付，曜日を創り給うた。 | ਰਾਤੀ ਰੁਤੀ ਥਿਤੀ ਵਾਰ ॥<br>rati rʊti thɪti var |
| 大気と水と火と瞑界を創られた。 | ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਅਗਨੀ ਪਾਤਾਲ ॥<br>pəvəɳ paɳi əgni patal |
| そのまん中に，主を瞑想する家(ダルムサール)として地球を創り給うた。 | ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ, ਧਰਤੀ ਥਾਪਿ ਰਖੀ ਧਰਮਸਾਲ ॥<br>tɪs(ʊ)vɪc(ɪ)tə̌rti thap(ɪ)rəkhi tə̌rəmsal |
| そこに，さまざまの色をもった，さまざまな生物(いきもの)を住まわせられた。 | ਤਿਸੁ ਵਿਚਿ, ਜੀਅ ਜੁਗਤਿ ਕੇ ਰੰਗ ॥<br>tɪs(ʊ)vɪc(ɪ)ɟi ɟʊgət(ɪ)ke rəŋg |
| その名前は多様で無限。 | ਤਿਨ ਕੇ ਨਾਮ, ਅਨੇਕ ਅਨੰਤ ॥<br>tɪn ke nam ənek ənənt |
| 人は業によって裁かれる。 | ਕਰਮੀ ਕਰਮੀ ਹੋਇ ਵੀਚਾਰੁ ॥<br>kərmi kərmi hoɪ vicar(ʊ) |
| 主は自ら真(まこと)であり，その住まわれる宮殿も真(まこと)である。 | ਸਚਾ ਆਪਿ, ਸਚਾ ਦਰਬਾਰੁ ॥<br>səca ap(ɪ) səca dərbar(ʊ) |
| そこには，主の恵みのしるしを得た神々しい聖者がおわし，善と悪が試される。 | ਤਿਥੈ ਸੋਹਨਿ ਪੰਚ ਪਰਵਾਣੁ ॥<br>tɪthɛ mohən(ɪ)pəñc pərvaɳ(ʊ)<br>ਨਦਰੀ ਕਰਮਿ ਪਵੈ ਨੀਸਾਣੁ ॥ ਕਚ ਪਕਾਈ, ਓਥੈ ਪਾਇ ॥<br>nədri kərəm(ɪ)pəvɛ nisaɳ(ʊ) kəc pəkai othɛ paɪ |
| ナーナクよ。そこにたどりつけば〔このことが〕分る。 | ਨਾਨਕ, ਗਇਆ ਜਾਪੈ ਜਾਇ ॥੩੪॥<br>nanək gaɪa ɟapɛ ɟaɪ |
| これが〔人間発達の五段階の〕敬虔の段階(ダラム・カンド)の法である。 | ਧਰਮ ਖੰਡ ਕਾ ਏਹੋ ਧਰਮੁ ॥<br>tə̌rəm khəɳɖ ka êo tə̌rəm(ʊ) |
| 〔次の〕知恵の領域(ギャーン・カンド)について言うならば，大気と水と火とクリシュナ神とシヴァ神が沢山いて，多くのブラフマーがいて，さまざまな形と色で装いを凝らしている。 | ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਕਾ ਆਖਹੁ ਕਰਮੁ ॥<br>gɪan khəɳɖ ka akhə̂ʊ kərəm(ʊ)<br>ਕੇਤੇ ਪਵਣ ਪਾਣੀ ਵੈਸੰਤਰ, ਕੇਤੇ ਕਾਨ ਮਹੇਸ ॥<br>kete pəvəɳ paɳi vɛsəntər kete kan məês<br>ਕੇਤੇ ਬਰਮੇ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਅਹਿ, ਰੂਪ ਰੰਗ ਕੇ ਵੇਸ ॥<br>kete bərme kǎɽt(ɪ)kə̌ɽiɛ cup rəŋg ke ves |
| 行動の場は数知れずあり，山も無数にある。 | ਕੇਤੀਆ ਕਰਮ ਭੂਮੀ ਮੇਰ ਕੇਤੇ,<br>ketia kərəm pǔmi mer kete |
| 無数の北極星が教訓を学んでいる。 | ਕੇਤੇ ਧੂ ਉਪਦੇਸ ॥<br>kete tǔ ʊpədes |

| | |
|---|---|
| 無数のインドラ神，月，太陽，宇宙，国がある。 | ਕੇਤੇ ਇੰਦ ਚੰਦ, ਸੂਰ ਕੇਤੇ, ਕੇਤੇ ਮੰਡਲ ਦੇਸ ॥<br>kete ɪnd cənd sũr kete kete məndəl des |
| ヨーギー，悟りを開いたもの，禁欲者，女神の数々の形。 | ਕੇਤੇ ਸਿਧ ਬੁਧ ਨਾਥ ਕੇਤੇ, ਕੇਤੇ ਦੇਵੀ ਵੇਸ ॥<br>kete sɪ̂d bʊ̂d nath kete kete devi ves |
| 多くの神，悪魔，聖者（ムニ），大海と宝石。 | ਕੇਤੇ ਦੇਵ ਦਾਨਵ, ਮੁਨਿ ਕੇਤੇ, ਕੇਤੇ ਰਤਨ ਸਮੁੰਦ ॥<br>kete dev danəv mʊnɪ kete kete rətən səmʊnd |
| 多くの〔創造の〕源，言葉，王朝。 | ਕੇਤੀਆ ਖਾਣੀ, ਕੇਤੀਆ ਬਾਣੀ, ਕੇਤੇ ਪਾਤ ਨਰਿੰਦ ॥<br>ketia khaɳi ketia baɳi kete pat nərɪnd |
| 神の知識をもつ人も数知れず，神の下僕も数知れずいる。 | ਕੇਤੀਆ ਸੁਰਤੀ, ਸੇਵਕ ਕੇਤੇ,<br>ketia sʊrti sevək kete |
| ナーナクよ。〔すべてはこのように〕無限にある。 | ਨਾਨਕ, ਅੰਤੁ ਨ ਅੰਤੁ ॥੩੫॥<br>nanək ənt(ʊ) nə ənt(ʊ) |
| 知識の領域（ギャーン・カンド）では，ブラフマーの知識がさん然と輝く。 | ਗਿਆਨ ਖੰਡ ਮਹਿ, ਗਿਆਨੁ ਪਰਚੰਡੁ ॥<br>gɪan khəɳḍ mɛ̂ gɪan(ʊ) pərcəɳḍ(ʊ) |
| そこでは，神秘の音楽が奏（かな）でられ，無限の喜びと悦楽が生まれる。 | ਤਿਥੈ, ਨਾਦ ਬਿਨੋਦ ਕੋਡ ਅਨੰਦੁ ॥<br>tɪthɛ nad bɪnod koḍ ənənd(ʊ) |
| 精進の領域（サラム・カンド）の言葉は美である。 | ਸਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਰੂਪੁ ॥<br>sərəm khəɳḍ ki baɳi rup(ʊ) |
| そこは，比類なく美しく飾られている。 | ਤਿਥੈ ਘਾੜਤਿ ਘੜੀਐ, ਬਹੁਤੁ ਅਨੂਪੁ ॥<br>tɪthɛ kăɽt(ɪ)kăɽiɛ bɔ̃t(ʊ) ənup(ʊ) |
| その場所の話は描写できない。 | ਤਾ ਕੀਆ ਗਲਾ, ਕਥੀਆ ਨਾ ਜਾਹਿ ॥<br>ta kia gəla kəthia na ɟâɪ |
| 〔それを敢えて〕描写しようとする者は後で悔いる。 | ਜੇ ਕੋ ਕਹੈ ਪਿਛੈ ਪਛੁਤਾਇ ॥<br>ɟe ko kəɛ̂ pɪchɛ pəch(ʊ)taɪ |
| そこでは，知恵，心，魂，意識が新たに作られる。 | ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ, ਸੁਰਤਿ ਮਤਿ ਮਨਿ ਬੁਧਿ ॥<br>tɪthɛ kəɽiɛ sʊ̃gət(ɪ)mət(ɪ)mən(ɪ)bʊ̂d(ɪ) |
| そこでは，聖者の霊が新たに作られる。 | ਤਿਥੈ ਘੜੀਐ, ਸੁਰਾ ਸਿਧਾ ਕੀ ਸੁਧਿ ॥੩੬॥<br>tithɛ kăɽiɛ sʊra sɪ̂da ki sʊ̂d(ɪ) |
| 恵みの領域（カラム・カンド）の言葉には，霊の力がある。 | ਕਰਮ ਖੰਡ ਕੀ ਬਾਣੀ ਜੋਰੁ ॥<br>kərəm khəɳḍ ki baɳi ɟor(ʊ) |
| そこに住むのはただ一人，勇敢な兵士のみである。 | ਤਿਥੈ, ਹੋਰੁ ਨ ਕੋਈ ਹੋਰੁ ॥ ਤਿਥੈ, ਜੋਧ ਮਹਾ ਬਲ ਸੂਰ ॥<br>tɪthɛ hor(ʊ)nə koi hor(ʊ) tɪthɛ ɟôd məha bəl sur |
| 彼らには，主（ラーム）の御霊があふれるほど宿っている。 | ਤਿਨ ਮਹਿ ਰਾਮੁ ਰਹਿਆ ਭਰਪੂਰਿ ॥<br>tɪn mɛ̂ ram(ʊ) rɛ̂a pə̆rpur(ɪ) |

| | |
|---|---|
| 多くの勇気ある女性達も誇らかにそこに侍る。 | ਤਿਥੈ, ਸੀਤੋ ਸੀਤਾ, ਮਹਿਮਾ ਮਾਹਿ ॥<br>tithɛ sito sita mẽma mãɪ |
| その美しさは言い表わせない。 | ਤਾ ਕੇ ਰੂਪ, ਨ ਕਥਨੇ ਜਾਹਿ ॥<br>ta ke rup nə kəthne ɟãɪ |
| 主の御霊を宿した彼らは，死ぬこともなく，欺かれることもない。 | ਨਾ ਓਹਿ ਮਰਹਿ ਨ ਠਾਗੇ ਜਾਹਿ ॥<br>na õɛ mərẽ nə ṭhage ɟãɪ<br>ਜਿਨ ਕੈ, ਰਾਮੁ ਵਸੈ, ਮਨ ਮਾਹਿ ॥<br>ɟɪn kɛ ram(ʊ)vəsɛ mən mãɪ |
| 幾つもの世界の大聖人（バガト）もそこに住む。 | ਤਿਥੈ ਭਗਤ ਵਸਹਿ, ਕੇ ਲੋਅ ॥<br>tɪthɛ pə̌gət vəsẽ ke lo |
| 彼らは楽しむ。その心に真（まこと）の主が住まわれるから。 | ਕਰਹਿ ਅਨੰਦੁ, ਸਚਾ ਮਨਿ ਸੋਇ ॥<br>kərẽ ənənd(ʊ)səca mən(ɪ) soɪ |
| 真の領域（サッチ・カンド）では，形無き（ニランカール）お方がお住まいで，被造物を守り，惜しみなく恵みを施し，喜びを与えられる。 | ਸਚ ਖੰਡਿ ਵਸੈ ਨਿਰੰਕਾਰੁ ॥<br>sac khəṇḍ(ɪ)vəsɛ nɪrəŋkar(ʊ)<br>ਕਰਿ ਕਰਿ ਵੇਖੈ, ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥<br>kər(ɪ)kər(ɪ)vekhɛ nədər(ɪ) nɪhal |
| その領域には，大陸と世界と銀河がある。 | ਤਿਥੈ, ਖੰਡ ਮੰਡਲ ਵਰਭੰਡ ॥<br>tɪthɛ khəṇḍ məṇḍəl vərbə̌ṇḍ |
| それを述べようとすれば無限だ。 | ਜੇ ਕੋ ਕਥੈ, ਤ ਅੰਤ ਨ ਅੰਤ ॥<br>ɟo ko kəthɛ tə ənt nə ənt |
| そこは，世界の上に世界が重なり，形あるものに形あるものが重なる。 | ਤਿਥੈ, ਲੋਅ ਲੋਅ ਆਕਾਰ ॥<br>tɪthɛ lo lo akar |
| 万物は主の御心の命じる通りの働らきをもつ。 | ਜਿਵ ਜਿਵ ਹੁਕਮੁ ਤਿਵੈ ਤਿਵ ਕਾਰ ॥<br>ɟɪv ɟɪv hʊkəm(ʊ)tɪvɛ tɪv kar |
| 主は自らの創り給うたものを眺め，思われ，悦に入られる。 | ਵੇਖੈ ਵਿਗਸੈ, ਕਰਿ ਵੀਚਾਰੁ ॥<br>vekhɛ vɪgsɛ kr(ɪ)vicar(ʊ) |
| ナーナクよ。サッチ・カンドを言い表わすのは，固い鉄〔を食べるの〕と同様に，難しい。 | ਨਾਨਕ, ਕਥਨਾ ਕਰੜਾ ਸਾਰੁ ॥੩੭॥<br>nanək kəthna kərṛa sar(ʊ) |
| 禁欲をかまどとせよ。忍耐を金工師とせよ。 | ਜਤੁ ਪਾਹਾਰਾ ਧੀਰਜੁ ਸੁਨਿਆਰੁ ॥<br>ɟət(ʊ)pahara tǐrəɟ(ʊ)sʊnɪar(ʊ) |
| 理解をかなとことせよ。ヴェーダを道具とせよ。 | ਅਹਰਣਿ ਮਤਿ, ਵੇਦੁ ਹਥੀਆਰੁ ॥<br>ɛ̂rəṇ(ɪ)mət(ɪ)ved(ʊ)həthiar(ʊ) |
| 〔神への〕恐れをふいごとし，贖罪を火とせよ。 | ਭਉ ਖਲਾ, ਅਗਨਿ ਤਪ ਤਾਉ ॥<br>pə̌o khəla əgnɪ təp tao |
| 主の愛を甘露の注がれる食器とせよ。 | ਭਾਂਡਾ ਭਾਉ, ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਤਿਤੁ ਢਾਲਿ ॥<br>pǎṇḍa pǎo əmmrɪt(ʊ) tɪt(ʊ) ṭǎl(ɪ) |

このように，真(まこと)の鋳造所で主の御言葉が作られる。

ਘੜੀਐ ਸਬਦੁ, ਸਚੀ ਟਕਸਾਲ ॥
kə̌ɽiɛ səbəd(ʊ)səci ʈəksal

それが，主の恵みのまなざしを受ける者の日毎の仕事。

ਜਿਨ ਕਉ ਨਦਰਿ ਕਰਮੁ ਤਿਨ ਕਾਰ ॥
ɟɪn kəo nədər(ɪ)kərəm(ʊ)tɪn kar

ナーナクよ。慈悲深い主の恵みを受ける者は幸わせだ。

ਨਾਨਕ, ਨਦਰੀ ਨਦਰਿ ਨਿਹਾਲ ॥੩੮॥
nanək nədəri nədər(ɪ) nɪhal

<結び>

ਸਲੋਕੁ ॥
səlok

グルなる大気，父なる水，母なる広大な土。〔我らはこの三つから作られている〕

ਪਵਣੁ ਗੁਰੂ, ਪਾਣੀ ਪਿਤਾ, ਮਾਤਾ ਧਰਤਿ ਮਹਤੁ ॥
pəvəɳ(ʊ)guru paɳi pɪta mata tə̌rtɪ məhət(ʊ)

昼と夜が子供を見守る子守のように，全世界を守ってくれる。

ਦਿਵਸੁ ਰਾਤਿ ਦੁਇ ਦਾਈ ਦਾਇਆ, ਖੇਲੈ ਸਗਲ ਜਗਤੁ ॥
dɪvəs(ʊ)ratɪ dʊɪ dai daia khelɛ səgəl ɟəgət(ʊ)

〔その〕膝であらゆる生物(いきもの)が遊ぶ。

ਚੰਗਿਆਈਆ ਬੁਰਿਆਈਆ,
cəŋgɪaia bʊrɪaia

我らの業は，善きも悪しきも，神の法廷の裁きに至る。

ਵਾਚੈ ਧਰਮੁ ਹਦੂਰਿ ॥ ਕਰਮੀ ਆਪੋ ਆਪਣੀ,
vacɛ tə̌rəm(ʊ)hədur(ɪ) kərmi apo apɳi

各々の業に従って，神の座に近く座る者もいるし，遠くに退けられる者もいる。

ਕੇ ਨੇੜੈ ਕੇ ਦੂਰਿ ॥
ke neɽɛ ke dur(ɪ)

主の御名を瞑想した者は，骨身を惜しまない献身的な者だ。

ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ, ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ ॥
ɟɪni nam(ʊ)tɪ̌aɪa gəe məskət(ɪ) kǎl(ɪ)

ナーナクよ。彼らの顔は喜びに輝いている。

ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ॥
nanək te mʊkh ʊɟle

こうして多くの者が解放されるのだ。

ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ॥੧॥
keti chʊʈi nal(ɪ)